

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Kemandirian adalah hadiah terbesar yang bisa diberikan kepada anak-anak, karena melalui kemandirian tersebut, mereka bisa tumbuh dan meraih impian-impian mereka. Setiap manusia dilahirkan dalam kondisi yang tidak berdaya, ia akan tergantung pada orangtua dan orang-orang yang berada di lingkungannya hingga waktu tertentu. Seiring dengan perkembangannya, seorang anak perlahan-lahan akan melepaskan diri dari ketergantungan pada orangtua atau orang lain di sekitarnya dan belajar untuk mandiri. Hal ini merupakan suatu proses alamiah yang dialami oleh semua makhluk hidup, tidak terkecuali manusia.

Mandiri merupakan kemampuan seseorang untuk tidak tergantung pada orang lain serta bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya. Kemandirian dalam konteks individu tentu memiliki aspek yang lebih luas dari sekedar aspek fisik, dan merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting. Kemandirian berasal dari kata dasar diri, yang dalam konsep Carl Rogers disebut dengan *self*, merupakan inti dari kemandirian. Individu yang memiliki kemandirian tinggi relatif mampu menghadapi segala permasalahan karena tidak tergantung pada orang lain, selalu berusaha menghadapi dan memecahkan masalah yang ada. Kemandirian merujuk kepada kemampuan individu untuk berpikir, merasakan dan membuat keputusan bagi dirinya sendiri (Russel & Bakken, 2002).

Kemandirian sesungguhnya dapat dipelajari semenjak kanak-kanak, semakin dini usia anak untuk berlatih mandiri dalam melakukan tugas-tugas perkembangannya, diharapkan nilai-nilai serta ketrampilan mandiri akan lebih mudah dikuasai dan dapat tertanam kuat dalam diri anak. Menurut Desmita (2010) konsep yang sering digunakan atau berdekatan dengan kemandirian adalah *autonomy*, sehingga dapat dimengerti bahwa kemandirian atau otonomi adalah kemampuan untuk mengendalikan dan mengatur pikiran, perasaan dan tindakansendiri secara bebas serta berusaha sendiri untuk mengatasi perasaan-perasaan malu dan ragu-ragu. Kepemilikan otonomi diharapkan akan membuat anak untuk lebih bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri.

Belakangan ini, para orangtua seringkali mengeluhkan anak-anak mereka yang cenderung kurang mandiri dan bagaimana mereka merasa kesulitan untuk membentuk kemandirian anak-anak mereka. Anak-anak yang kurang mandiri dan manja, adalah anak-anak yang tidak mengembangkan otonominya. Perlu diketahui bahwa pada satu tahap perkembangan anak, mereka memiliki sebuah tahap dimana mereka ingin otonomi lebih besar. Hal ini dimulai ketika mereka berusia 2 atau 3 tahun. Anak ingin melakukan sesuatu saat itu, namun orangtua terkadang terlalu melindungi anak. Misalnya, ketika anak ingin memanjat kursi, kita larang “jangan nanti jatuh”, bahkan ketika anak memegang sesuatu tidak diperbolehkan karena takut pecah dan lain sebagainya.

Orangtua khawatir ketika anak bermain di tempat yang kotor dan rumah menjadi berantakan, hingga akhirnya lama kelamaan yang terjadi adalah anak menjadi pasif dan hanya menunggu apa yang orangtua berikan atau apa yang diberikan oleh pengasuhnya. Kemandirian sangat penting peranannya didalam membentuk karakter dalam diri seseorang dan bagaimana ia akan menjalani kehidupannya di masa yang akan datang. Seringkali orangtua hanya mengejar pada kemampuan anak secara akademis dan non akademis. Anak-anak harus mendapatkan ranking disekolah, anak-anak harus memiliki nilai minimal yang sesuai harapan orang tua, anak-anak harus trampil dalam olahraga ataupun musik, hal ini orangtua lakukan tanpa melihat kemampuan anak yang sesungguhnya. Bahkan orangtua bangga bila anaknya sibuk les ini dan les itu, memenangkan perlombaan-perlombaan dan mengejar target yang kadang tidak masuk akal. Mereka melalaikan kemampuan lain yang seharusnya dicapai anak dalam usia tertentu, salah satunya adalah kemampuan untuk mandiri.

Semenjak balita anak sudah ditarget untuk mampu mencapai kemampuan akademik bukan ketrampilan hidup, karena orangtua atau orang dewasa disekitar anak-anak tidak mengerti bahwa kebutuhan masing-masing anak berbeda. Usia sekolah dasar adalah masa di mana aktivitas mental anak terfokus pada objek-objek yang nyata atau pada berbagai kejadian yang pernah dialaminya. Anak usia sekolah sudah memiliki kemampuan untuk berpikir melalui sebab-akibat dan melalui

banyak cara yang ditempuh dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya (Desmita, 2010). Anak-anak usia sekolah ini memiliki karakter yang berbeda dengan anak-anak yang usianya lebih muda, ia senang bermain, senang bergerak, senang bekerja dalam kelompok, senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung (Desmita, 2010).

Menurut Havighurst, seperti yang dikemukakan oleh Desmita (2010) tugas perkembangan anak usia sekolah dasar meliputi:

- a.menguasai keterampilan fisik dalam permainan dan aktivitas.
- b.membina hidup sehat
- c.belajar bergaul dan bekerja dalam kelompok.
- d.belajar sosial sesuai jenis kelamin.
- e.belajar membaca, menulis, dan berhitung agar mampu berpartisipasi dalam masyarakat.
- f.memperoleh sejumlah konsep untuk berpikir efektif.
- g.mengembangkan kata hati, moral dan nilai-nilai.
- h.mencapai kemandirian.

Pada masa ini orangtua tidak akan menuntut anak-anak yang sedang menempuh pendidikan untuk sepenuhnya membiayai hidup mereka sendiri, yang lebih penting adalah tumbuhnya jiwa mandiri pada anak-anak, sehingga mereka memiliki mental yang positif dalam membangun kehidupan mereka. Fenomena tentang kurangnya kemandirian pada dasawarsa ini mulai dialami sejak masa sekolah dasar, hal ini diakibatkan banyak dari orangtua yang memberikan layanan dan

rasa nyaman yang berlebihan pada anak dalam melakukan kegiatannya sehari-hari. Pada beberapa sekolah dasar kasus kurangnya kemandirian banyak dijumpai, hal ini ternyata juga dialami pada anak-anak yang berada di tingkatan lebih tinggi seperti kelas 4 sampai dengan kelas 6, padahal anak-anak di kelas tersebut seharusnya dalam hal kemandirian sudah lebih tertata dan terkondisikan dengan baik dibanding adik kelas mereka.

Peneliti mendapatkan permasalahan yang sama di sekolah dimana peneliti bekerja. Peneliti meminta orangtua dan para guru disekolah untuk mengisi angket sederhana mengenai kebiasaan siswa di kelas dan hal-hal apa saja yang dikeluhkan tentang kemandirian mereka. Guru-guru tersebut mengeluhkan rendahnya kemandirian pada siswa-siswanya, terutama untuk kemampuan dasar sehari-hari yang seharusnya dapat mereka lakukan dengan mandiri. Ada beberapa siswa di kelas besar yang siswanya harus selalu diingatkan untuk tidak meninggalkan barang-barang pribadi mereka, atau harus diingatkan untuk tidak lupa menyerahkan dan meminta tanda tangan pada orangtua mereka.

Beberapa guru dan orangtua mengeluhkan ada siswa yang tidak bisa memakai baju sendiri, takut apabila masuk ke kamar mandi sekolah, pekerjaan sekolah dikerjakan dengan santai, buku-buku dan barang-barang pribadi (seperti kacamata, pianika, tempat bekal, tempat pensil, hasta karya, jaket, kaos olahraga dan lainnya) sering tertinggal, bahkan

mereka memiliki inisiatif yang kurang dan sering bertanya pada guru mengenai hal yang seharusnya mudah dan bisa dilakukan.

Kemampuan sosial siswa yang menuntut kemandirian juga tergolong rendah, seperti tidak sabar untuk mengantri, langsung berbicara tanpa mengangkat tangan, tidak mau memilih teman dalam kelompok, mudah mengadu pada guru, suka mengejek dan menyalahkan teman, serta selalu mengikuti jawaban teman. Anak-anak yang tidak memiliki kemandirian tersebut biasanya akan memiliki rasa percaya diri yang kurang dan cukup mengganggu kegiatan belajar mengajar di sekolah.

Berbagai upaya telah dilakukan oleh guru dan pihak sekolah demi meningkatkan kemandirian mereka, namun hingga saat ini rendahnya kemandirian masih saja muncul. Penelitian Vitrie Maulani (2012) tentang kemandirian siswa sekolah dasar yang ditinjau dari keikutsertaan dalam bimbingan belajar, menyebutkan bahwa semakin minim orangtua melayani, menemani dan membantu anak dalam belajar, maka anak semakin berkembang rasa percaya dirinya dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi, hal ini akan dapat meningkatkan kemandirian pada anak. Ginintasasi (2009) melaporkan dalam penelitian yang dilakukannya bahwa orang tua dan lingkungan keluarga merupakan "*determinant factors*" atau faktor yang menentukan perkembangan kemandirian anak. Kedua penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa layanan yang berlebihan serta tingkat kekhawatiran yang tinggi memicu rendahnya kemandirian pada anak.

Menurut Sholihatul (2015) ada beberapa ciri-ciri anak mandiri, yaitu anak dapat melakukan aktivitasnya sendiri meskipun tetap dalam pengawasan orang dewasa, anak dapat memutuskan pilihan sesuai dengan pandangannya, yang diperoleh dari melihat perilaku orang dewasa disekitarnya, anak mampu bersosialisasi dengan orang lain tanpa ditemani orang tua, anak mampu mengontrol emosinya bahkan dapat berempati terhadap orang lain. Bagi anak usia Sekolah Dasar, kemandirian merupakan faktor psikologis yang fundamental, sebab sebagai jembatan untuk lepas dari ikatan emosional orang lain, terutama orangtua.

Kemandirian yang kuat dimasa kecil akan menjadi dasar bagi kemandirian mereka pada masa remaja, dewasa dan seterusnya, bahkan pentingnya kemandirian yang diperoleh anak terkait dengan pencapaian identitas diri kelak pada masa remaja. Keterangan diatas semakin memperkuat anggapan bahwa anak usia Sekolah Dasar harus mulai dalam memperjuangkan kemandirian. Sesungguhnya tidak mudah bagi anak dalam memperjuangkan kemandiriannya. Kesulitannya terletak pada upaya pemutusan ikatan *infantile* yang telah berkembang dan dinikmati dengan penuh rasa nyaman selama masa kanak-kanak, pemutusan ikatan *infantile* itu seringkali menimbulkan reaksi yang sulit dipahami bagi kedua belah pihak, anak dan orangtua. Berkaitan dengan kesulitan anak-orang tua dalam memutuskan ikatan *infantile* dalam kerangka pencapaian kemandiriannya Steinberg (2010) menyatakan *autonomy is often confused*

*with rebellion, and becoming an independent person is often equated with breaking away from the family.*

Dalam analisis Steinberg (2010) jika anak, mampu memutuskan simpul-simpul ikatan *infantile* maka ia akan melakukan separasi, yakni pemisahan diri dari keluarga. Keberhasilan dalam melakukan separasi inilah yang merupakan dasar bagi pencapaian kemandirian terutama kemandirian yang bersifat *independence*. Dengan kata lain kemandirian yang pertama muncul pada diri individu adalah kemandirian yang bersifat *independence*, yakni lepasnya ikatan-ikatan emosional *infantile* individu sehingga ia dapat menentukan sesuatu tanpa harus selalu ada dukungan emosional dari orangtua. Uraian tentang pengembangan kemandirian diatas mengisyaratkan bahwa kemandirian bukan sesuatu yang dibawa sejak lahir, tetapi tumbuh karena suasana lingkungan, sehingga dalam rangka mengantisipasi masalah kemandirian, maka perlu diberikan suatu teknik untuk membimbing anak dalam upaya meningkatkan kemandirian dan secara sadar berkeinginan untuk mengubah perilakunya sendiri, khususnya kemandirian yang rendah. Teknik atau strategi yang berfungsi untuk mengubah perilaku adalah dengan menggunakan pendekatan perilaku.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan *self-management* (pengelolaan diri). Strategi *self-management* adalah strategi perubahan tingkah laku atau kebiasaan dengan pengaturan dan pemantauan yang dilakukan oleh anak sendiri dalam bentuk latihan pemantauan diri,



pengendalian rangsangan serta pemberian penghargaan pada diri sendiri (Komalasari, 2011). Pengelolaan diri adalah prosedur dimana anak dapat mengatur perilakunya sendiri (Gantina 2011). Menurut Cormier & Nurius, (2002), Watson & Tharp (2001) strategi *self management* melibatkan anak untuk mengamati perilakunya, menetapkan tujuan bagi dirinya sendiri, mengidentifikasi penguat yang cocok, merencanakan *graded steps* (langkah-langkah yang diberi nilai) untuk mencapai perilaku yang akan dirubah dan menetapkan kapan menerapkan konsekuensi.

*Self management* merupakan salah satu model dalam *cognitive behavior therapy*, yang melibatkan pemantauan diri, reinforcement yang positif, kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri dan penguasaan terhadap rangsangan. *Self-management* dalam terminologi pendidikan dan psikologi, adalah metode, keterampilan dan strategi yang dapat dilakukan oleh individu dalam mengarahkan secara efektif pencapaian tujuan aktivitas yang mereka lakukan, termasuk di dalamnya *goal setting, planning, scheduling, task tracking, self-evaluation, self-intervention, self-development*. Myers (2004) menyatakan bahwa manajemen diri melibatkan sikap mental yang positif dan tindakan positif yang membantu seseorang dalam menjalani kehidupannya sesuai dengan keinginannya, termasuk menyadari keterbatasan diri dan menyesuaikan cara hidup agar dapat mengakomodasi keterbatasan tersebut. Pelatihan *self management* sangat dibutuhkan anak untuk belajar mencapai kemandirian sesuai

batasan usianya. Manfaat dari *self management* atau pengelolaan diri pada anak diantaranya yaitu:

1. Membantu anak untuk dapat mengelola diri baik pikiran, perasaan dan perbuatan sehingga kemandiriannya dapat berkembang secara optimal.
2. Melibatkan anak secara aktif, maka akan menimbulkan perasaan bebas dari kontrol orang lain, anak belajar untuk mampu mengantisipasi dan mengatasi masalah yang dihadapi sehari-hari, daya juang anak otomatis akan terbentuk dengan melewati proses ini.
3. Meletakkan tanggung jawab perubahan sepenuhnya kepada anak sehingga anak akan menganggap bahwa perubahan yang terjadi karena usahanya sendiri dan hal ini lebih tahan lama.
4. Anak semakin mampu untuk menjalani hidup yang diarahkan sendiri untuk hal-hal sehari-hari dan tidak tergantung lagi pada guru, orang tua dan orang dewasa lain untuk berurusan dengan masalah mereka.

Ketika anak mulai memasuki tahapan usia sekolah, maka itulah masa terpenting karena mereka mulai menjalin pertemanan dengan anak sebayanya, mulai mengenal adanya permasalahan dan mulai belajar dalam memutuskan sesuatu yang sederhana dari pengalaman mereka sehari-hari. Kemampuan dasar dalam hidup sehari-hari harus dibentuk sejak mereka kecil, seperti kemandirian, sosialisasi, menyelesaikan masalah dan mengerti apakah situasi yang sedang dihadapi aman atau tidak. Kebutuhan dasar kemandirian pada anak dapat dilatih dengan mengajarkan *self management* yang baik dan terarah. Berkaitan dengan

kemandirian pada anak sekolah dasar, maka peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh pelatihan *self management* terhadap kemandirian anak.

Pengalaman yang ada dari beberapa kasus orangtua membiasakan anak-anak dilayani semua kebutuhannya. Semua hal sudah disiapkan dan anak tinggal berangkat ke sekolah. Ketika anak mengalami masalah disekolah orangtua cenderung ikut campur berlebihan, misalnya saat anak terlambat ke sekolah, orangtua yang memberikan alasannya pada guru. Anak tidak diajarkan untuk menyiapkan barang-barangnya sendiri dengan alasan khawatir jika kelupaan maka akan dihukum. Metode melayani inilah yang nantinya akan menyebabkan anak tidak mandiri dan manja. Hal ini terjadi karena orangtua menginginkan hasil yang maksimal disekolah serta mereka cenderung khawatir, karena beban yang berat secara akademik pada anak-anak mereka, sehingga entah itu tidak beres, terlalu lama, sesuatu menjadi berantakan, akibatnya orangtua mengambil jalan pintas untuk melayani kebutuhan anak supaya semua bisa terselesaikan dan anak tidak menjadi stress karena tuntutan akademik yang tinggi. Hal ini diakibatkan karena kenyamanan didalam kegiatan pembelajaran dikelas yang selalu siap dengan *worksheet* dan kecanggihan teknologi.

Penelitian serupa pernah dilakukan oleh Afiant, Hartanti dan Sawitri, sehingga hal ini semakin menguatkan penulis untuk melakukan penelitian tersebut dengan cara dan teknis yang berbeda. Adnyani, Ketut

Suarni dan Antari (2014) dalam penelitiannya melaporkan bahwa teknik self management mampu meningkatkan kemandirian pada siswa kelas X, dengan memakai teknik tersebut siswa dilatih secara sadar mau meningkatkan kemandirian mereka serta mampu mengelola perilakunya tersebut untuk menuju pada hasil belajar yang lebih baik. Sholihah, Hariastuti dan Setiawati (2011) menyampaikan bukti terkait penelitian mereka yang menggunakan teknik self management dengan pelatihan dan wawancara demi meningkatkan kemandirian belajar pada siswa cerebral palsy. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk menguji penerapan strategi self-management dalam meningkatkan disiplin belajar siswa tuna daksa cerebral palsy di SDLB-D Surabaya. Jenis penelitian ini adalah pre-experimental dengan one-group pre-test post-test design.

Suranata, Sedyanayasa dan Setiawan (2013) pada penelitian mereka melaporkan bahwa Penerapan Konseling Behavior dengan *Strategi Self Management* dapat meningkatkan kemandirian dalam mengambil keputusan pada siswa SMA Negeri 2 Singaraja. Penelitian ini menggunakan teknik kuesioner yang dibagikan pra siklus hingga siklus II, kemudian dari hasil tersebut ditemukan 4 orang siswa yang memiliki kemandirian dalam mengambil keputusan yang rendah sehingga diberikan teknik observasi dan wawancara. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa teknik self management dengan berbagai macam cara, mampu meningkatkan kemandirian pada subyek penelitian, sehingga semakin

memperkuat peneliti untuk menggunakan metode *self management* untuk meningkatkan kemandirian meskipun subyek dan caranya berbeda.

Pada dasarnya kemandirian sangat dibutuhkan oleh individu sejak usia kanak-kanak, untuk membentuk kemandirian yang signifikan dapat dilakukan dengan beberapa cara, salah satunya memberikan pelatihan *self management*. Pelatihan *self management* membantu anak untuk meningkatkan kemampuan anak dalam menyampaikan perilaku ketidakmandirian yang muncul, untuk meningkatkan motivasi anak dalam merubah perilakunya menjadi mandiri, mengkaji seberapa besar kemampuan anak merubah perilakunya, mengingatkan jadwal kegiatan, kapan terakhir perilaku ketidakmandirian muncul dan apa yang telah dilakukan untuk menangani perilaku tersebut serta hingga memberikan anak kepercayaan diri karena mampu mengontrol manifestasi perilaku ketidakmandiriannya, dengan pelatihan *self management* yang baik maka kemandirian anak akan meningkat. untuk meningkatkan motivasi anak untuk, mengkaji kemampuan anak, sehingga anak memiliki kepercayaan diri karena mampu mengontrol manifestasi perilaku ketidakmandiriannya.

Orangtua dan guru diharapkan untuk memberikan bantuan sehingga perilaku kemandirian ini terbentuk. Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa masalah kemandirian yang banyak dikeluhkan orangtua dan guru pada anak salah satunya diakibatkan dari kurangnya kemampuan *self management*, sehingga perlu dilakukan penelitian

tentang pengaruh pelatihan *self management* terhadap kemandirian anak pada masa sekolah dasar.

### **B. Rumusan Masalah**

Peneliti mengasumsikan bahwa *self management* yang diajarkan dan ditumbuhkan sejak dini memiliki pengaruh yang signifikan pada kemandirian anak.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk :

1. Mengetahui ada tidaknya pengaruh pelatihan *self management* terhadap kemandirian pada anak.
2. Membantu orang tua didalam mendidik dan menanamkan kemandirian pada anak.
3. Membantu pihak sekolah dalam menangani murid-murid dengan kemandirian yang rendah.

### **D. Manfaat Penelitian**

Harapan peneliti, modul dan bahan penelitian dapat digunakan secara berkelanjutan bagi sekolah-sekolah yang membutuhkan dan memiliki permasalahan yang sama.